



NATIONAL GEOGRAPHIC

四季旅行

全球最美的**400**个旅行目的地

美国国家地理学会 编著

田彩霞 净源 译

中国摄影出版社

China Photographic Publishing House



NATIONAL GEOGRAPHIC

四季旅行

全球最美的 **400** 个旅行目的地

美国国家地理学会 编著 田彩霞 净源 译

中国摄影出版社
China Photographic Publishing House

图书在版编目（C I P）数据

四季旅行 / (美) 美国国家地理学会编著 ; 田彩霞,
净源译. — 北京 : 中国摄影出版社, 2015.7

书名原文: Four Seasons of Travel

ISBN 978-7-5179-0298-0

I. ①四… II. ①美… ②田… ③净… III. ①旅游指
南—世界 IV. ①K919

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第117425号

北京市版权局著作权合同登记章图字: 01-2014-8075号

Copyright © 2013 National Geographic Society
All rights reserved. Reproduction of the whole or any part of the
contents without written permission from the publisher is prohibited.

Copyright © 2015 Simplified Chinese Edition. National Geographic Society
All rights reserved. Reproduction of the whole or any part of the
contents without written permission from the publisher is prohibited.

四季旅行

作 者: 美国国家地理学会

译 者: 田彩霞 净 源

出 品 人: 赵迎新

责 任 编辑: 常爱平 盛 夏

版 权 编辑: 黎旭欢

封 面 设计: 左小文

出 版: 中国摄影出版社

地址: 北京东城区东四十条48号 邮编: 100007

发 行 部: 010-65136125 65280977

网 址: www.cpph.com

邮 箱: distribution@cpph.com

印 刷: 北京地大天成印务有限公司

开 本: 16开

印 张: 19.75

版 次: 2015年7月第1版

印 次: 2015年7月第1次印刷

ISBN 978-7-5179-0298-0

定 价: 98.00元

版权所有 侵权必究

四季旅行



每到秋天，密歇根下半岛奥塞布
尔河河畔的森林就会变得色彩缤纷。

试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com



NATIONAL GEOGRAPHIC

四季旅行

全球最美的 **400** 个旅行目的地

美国国家地理学会 编著 田彩霞 净源 译

中国摄影出版社
China Photographic Publishing House

在普罗旺斯，瓦朗索平原的薰衣草和向日葵沐浴在夏日灿烂的阳光中。瓦朗索来自于拉丁文，意思是“太阳之谷”。



目 录

序 言

由安德鲁·伊万斯撰写，他是《国家地理旅行者》杂志特约编辑，也是一名“数字游民”。

7

春 季

3月下旬–6月下旬

10

夏 季

6月下旬–9月下旬

78

秋 季

9月下旬–12月下旬

162

冬 季

12月下旬–次年3月下旬

228

重大活动时间表

310

图片出处

312



加拿大惠斯勒的七重天滑雪场
名不虚传，是极为壮观的冬季滑雪
胜地。

序 言

由安德鲁·伊万斯撰写，他是《国家地理旅行者》杂志特约编辑，也是一名“数字游民”。

在12月的下旬，大概没有比圣彼得堡更冷的地方了。每呼吸一下，都能感觉到寒冷像刀一样滑过肺部，我的胸口在零下几十度的空气里隐隐作痛。色彩淡雅柔和的公寓就像一块块小方蛋糕，整齐地排列在结冰的莫伊卡河河畔，冬季的莫伊卡河完全凝结成了一片坚固的白冰，将宏伟的圣彼得堡镶嵌其中。

我最多在大街上待2分钟，就会冻得受不了。为了取暖，我随意进入路边的一家茶馆，喝茶的人们即使在室内也都穿着大衣，啜饮着杯中从俄式茶壶里斟满的浓烈的黑色混合茶。“6月再来这里吧，”脸颊红扑扑的女服务员对我说，“6月有白昼节。”她描述着阳光灿烂的悠长夏日，而此刻，我却很乐于去了解白昼很短的俄罗斯冬日，在这个季节，俄罗斯干净又安静。

冬季是我最爱的季节，直到春天来临，五颜六色的郁金香开满荷兰的大地。在美好的春天，我可以放松在弗吉尼亚西部拍摄惊险刺激的少年漂流而紧绷的神经，或者回到我年轻时生活过的法国南部，吉普赛人汇聚在圣玛丽海滩，举行热闹的庆祝游行活动，将圣莎拉雕像抬入蔚蓝的地中海。

伴随着夏天的来临，各种各样的庆祝活动精彩纷呈，有热闹的地方集市、街头狂欢，有星光璀璨的夜空，有在森林里闲逛的黑熊。然而，就在我内心几乎开始觉得夏天其实也是我最爱的季节时，秋天却不声不响地靠近了，带着一抹红色和硕果累累的葡萄园。

在时间和空间完美交汇的时刻，旅行赋予我们一本兼收并蓄的日历，容纳各种变换的情绪。那些四处游走的人们注定会邂逅四季的壮丽和美好，无论是受惊的斑马群奔跑时扬起的尘埃，还是夏日南极波光粼粼的蓝色冰山。

本书带着你在最美的季节探索最美的地方，去发现那时空交错的美好：有肯尼亚成千上万的粉色火烈鸟聚集在一起，有波利尼西亚的香草散发出甜蜜的香味，有挪威的极光亮起，有印度盛大的雨季婚宴拉开序幕，有威尼斯戴上神秘的面具。本书围绕一年四季探索全球各地，告诉每一位读者：旅行不仅仅与目的地有关，更与季节有关。

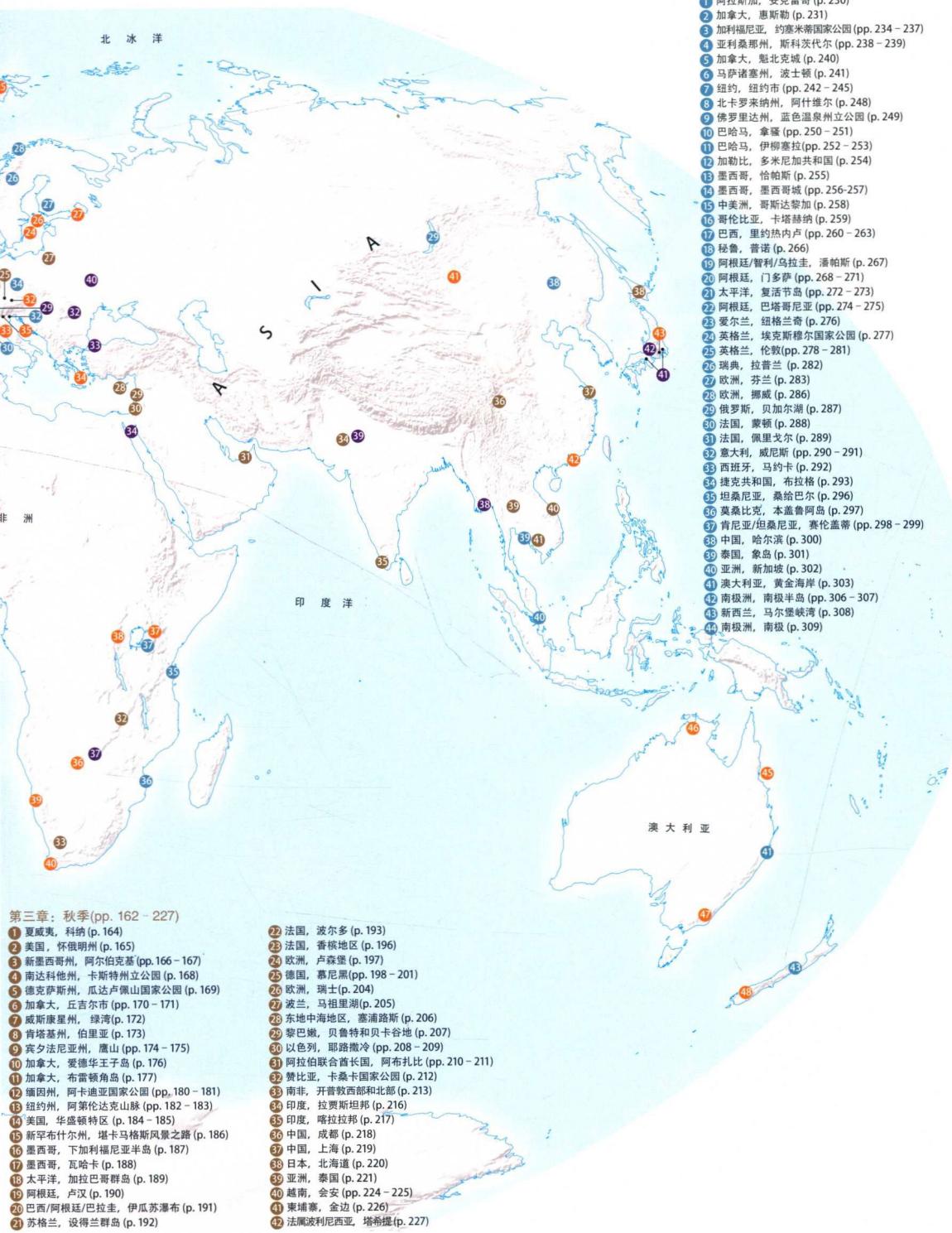
当时间和地点汇聚成完美的时刻，旅行给我们提供了一张改变心情的日历。

- 第一章：春季 (pp. 10 - 77)**
- ① 加利福尼亚州，圣胡安-卡皮斯特拉诺 (p. 12)
 - ② 爱达荷州，月表地形火山坑 (p. 13)
 - ③ 北达科他州，西奥多·罗斯福国家公园 (p. 14)
 - ④ 田纳西州，纳什维尔 (p. 15)
 - ⑤ 印第安纳州，印第安纳波利斯 (pp. 16 - 17)
 - ⑥ 田纳西州，孟菲斯 (p. 18)
 - ⑦ 路易斯安那州，新奥尔良 (p. 19)
 - ⑧ 德克萨斯州，库尔斯 (pp. 20 - 21)
 - ⑨ 美国，佛蒙特州 (p. 22)
 - ⑩ 美国，西弗吉尼亚州 (p. 23)
 - ⑪ 美国，弗吉尼亚州 (p. 24)
 - ⑫ 佐治亚州，奥古斯塔 (p. 25)
 - ⑬ 田纳西州/北卡罗来纳州，大烟山国家公园 (pp. 26 - 27)
 - ⑭ 加勒比海地区，波多黎各 (p. 28)
 - ⑮ 加勒比海地区，圣卢西亚 (p. 29)
 - ⑯ 加勒比海地区，安提瓜岛 (p. 30)
 - ⑰ 尼加拉瓜，莱昂 (p. 31)
 - ⑲ 墨西哥，特奥蒂瓦坎 (p. 34)
 - ⑳ 南美，厄瓜多尔 (p. 35)
 - ㉑ 中美洲，危地马拉高地 (pp. 36 - 37)
 - ㉒ 爱尔兰，都柏林 (p. 38)
 - ㉓ 苏格兰，洛蒙德湖 (p. 39)
 - ㉔ 荷兰，阿姆斯特丹 (p. 42)
 - ㉕ 荷兰，鹿特丹 (p. 43)
 - ㉖ 丹麦，瓦登海国家公园 (p. 44)

- ㉗ 摩纳哥，蒙特卡罗 (p. 45)
- ㉘ 法国，巴黎 (pp. 46 - 49)
- ㉙ 法国，圣玛丽 (pp. 52 - 53)
- ㉚ 意大利，科莫湖 (pp. 54 - 57)
- ㉛ 西班牙，赫罗纳 (pp. 58 - 59)
- ㉜ 西班牙，塞维利亚 (p. 60)
- ㉝ 罗马尼亚，多瑙河三角洲 (p. 61)
- ㉞ 土耳其，伊斯坦布尔 (pp. 62 - 63)
- ㉟ 埃及，圣凯瑟琳修道院 (pp. 64 - 65)
- ㉟ 摩洛哥，菲斯 (p. 66)
- ㉟ 摩洛哥，阿特拉斯山 (p. 67)
- ㉟ 赞比亚津巴布韦，维多利亚瀑布 (p. 70)
- ㉟ 缅甸，仰光 (p. 71)
- ㉟ 印度，斋浦尔 (pp. 72 - 73)
- ㉟ 乌克兰，基辅 (pp. 74 - 75)
- ㉟ 日本，大阪和东京 (p. 76)
- ㉟ 亚洲，日本 (p. 77)

第二章：夏季 (pp. 78 - 161)

- ① 加拿大，温哥华 (p. 80)
- ② 加拿大，伊努维克 (p. 81)
- ③ 美国，阿拉斯加 (pp. 82 - 85)
- ④ 加拿大，卡尔加里 (p. 88)
- ⑤ 华盛顿州，圣胡安岛 (pp. 89 - 91)
- ⑥ 加利福尼亚州/俄勒冈州/华盛顿州，太平洋崖脊步道 (pp. 92 - 93)
- ⑦ 科罗拉多州，特柳赖德 (p. 94)
- ⑧ 密歇根州，特拉弗斯城 (p. 95)
- ⑨ 威斯康星州，得梅因 (p. 98)
- ⑩ 加拿大，蒙特利尔 (p. 99)
- ⑪ 维吉纳州，蓝山 (pp. 100 - 101)
- ⑫ 罗得岛，新港 (p. 102)
- ⑬ 美国，华盛顿特区 (p. 103)
- ⑭ 弗吉尼亚州，饮料梯级 (pp. 106 - 107)
- ⑮ 南卡罗来纳州，帕特利岛 (p. 108)
- ⑯ 墨西哥，铜峡谷 (p. 109)
- ⑰ 智利，拉地拉那 (p. 110)
- ⑱ 巴西，迪亚曼蒂那国家公园 (p. 111)
- ⑲ 秘鲁，萨克塞华曼 (pp. 112 - 113)
- ⑳ 阿根廷，布宜诺斯艾利斯 (p. 114)
- ㉑ 欧洲，冰岛 (p. 115)
- ㉒ 苏格兰，爱丁堡 (pp. 118 - 121)
- ㉓ 英格兰，康沃尔海滩 (p. 124)
- ㉔ 瑞典，哥得兰岛 (p. 125)
- ㉕ 挪威，斯瓦尔巴群岛 (pp. 126 - 127)
- ㉖ 欧洲，波罗的海 (p. 128)
- ㉗ 俄罗斯，圣彼得堡 (p. 129)
- ㉘ 葡萄牙，吉尔斯 (p. 130)
- ㉙ 西班牙，比利牛斯山脉 (p. 131)
- ㉚ 法国，普罗旺斯 (pp. 132 - 133)
- ㉛ 欧洲，瑞士 (pp. 134 - 135)
- ㉜ 奥地利，萨尔茨堡 (p. 136)
- ㉝ 意大利，特拉尼 (p. 137)
- ㉞ 希腊，圣托里尼 (pp. 140 - 141)
- ㉟ 意大利，维罗纳 (p. 142)
- ㉟ 波茨瓦纳，奥卡万戈三角洲 (p. 143)
- ㉟ 肯尼亚，纳库鲁湖 (pp. 144 - 145)
- ㉟ 非洲，卢旺达、乌干达和小刚果 (p. 146)
- ㉟ 非洲，纳米比亚 (p. 147)
- ㉟ 南非，开普酒乡 (pp. 148 - 151)
- ㉟ 亚洲，蒙古国 (p. 152)
- ㉟ 中国，香港 (p. 153)
- ㉟ 日本，富士山 (p. 154)
- ㉟ 法属波利尼西亚，塔希提 (p. 155)
- ㉟ 澳大利亚，大堡礁 (pp. 156 - 157)
- ㉟ 澳大利亚，卡卡杜国家公园 (p. 158)
- ㉟ 澳大利亚，大雪山 (p. 159)
- ㉟ 新西兰，皇后镇 (pp. 160 - 161)





含苞待放的花朵、冬眠中苏醒的动物、加勒比海的礁石，以及全球各地的音乐。

名古屋



名古屋城堡是修建于17世纪的防御工程，如今静静地矗立着，静观每一季樱花的花开花谢。

圣胡安-卡皮斯特拉诺

春暖花开之季，跟着返回的燕子来到这座有着古老布道所的小城。

燕子每年并不会在某个特定的日期飞回圣胡安-卡皮斯特拉诺。传说中的神奇日子是3月19日，也就是所谓的圣约瑟夫日，燕子会在这一天集中飞回来。跟所有聚会一样，总是会有一些早到的，也会有一些晚到的，现实生活也是这样。无论如何，鸟儿对我们选择旅行日期的影响不会那么大。但是赶上燕子集中飞回的日子，慕名而来的游客更容易看到迁徙回来的燕子在布道所筑巢的景象。

一个多世纪以来，人们描述圣约瑟夫日前后圣胡安-卡皮斯特拉诺的天空，总是会说燕子飞过时，天空黑压压一片，几个世纪前建造的圣胡安-卡皮斯特拉诺布道所的泥砖墙就好像是专门为燕子筑巢而建的。如今，当你听见教堂的钟声响起，你可以想象无数的燕子跟着钟声齐鸣。在黄金盛装的神坛前方是狭窄的、小小的塞拉礼拜堂，房客点燃的蜡烛火光摇曳，就像飞来飞去的燕子那翅膀留下的光影。

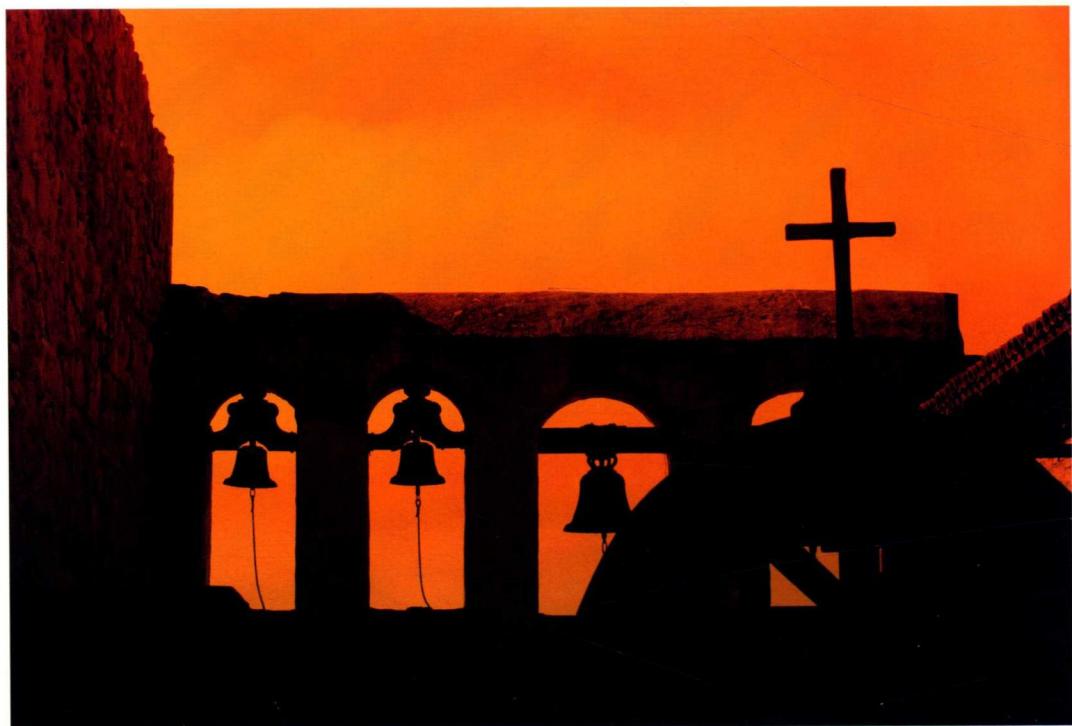
在过去几年里，返回的燕子越来越少。布道所正在做各种努力，希望能让燕子再次回到这里，如此这般，数以千计的燕子对着教堂窗户齐鸣的春日旋律才能得以延续。

游客必知 传教布道

圣胡安-卡皮斯特拉诺所在的位置是21座布道所中的第7座，布道所沿着古老的国王大道而建。西班牙人在18世纪末至19世纪初，修建了这21座布道所，从圣地亚哥开始一直向北延伸至旧金山，每一座布道所大概需要花一天的时间来游览，而且每一座布道所几乎都是按照一座独立的城邦来设计，有自己的农场、铁匠铺和工厂。无论是小而静的礼拜堂，还是大而繁忙的提供每日服务的教堂，都是靠透过小窗的自然光线来照亮的。沿着布道所开始加州之旅，你可以沿着101高速公路进入加州的心脏地带。

www.parks.ca.gov

计划：圣胡安-卡皮斯特拉诺 www.sanjuancapistrano.org。布道所 www.missionsje.com。从洛杉矶开车出发，往南大约1小时即可抵达位于市中心的布道所。



圣胡安-卡皮斯特拉诺布道所的钟静静地等待着燕子的归来。



爱达荷南部春天来临的一个重要标志就是美洲羚羊在残留的积雪上奔跑而过留下的痕迹。

爱达荷州

月表地形火山坑

抓住美洲羚羊沿着月表地形火山坑国家保护区迁徙的季节。

在爱达荷州的月表地形火山坑国家保护区，你总能找到一种超凡脱俗的感觉。在每年3月或4月来到爱达荷州的火山岩地质公园，整个公园因为恰逢美洲羚羊的迁徙而变得生机勃勃。羚羊从冬季的食物区沿着一条狭窄的通道迁徙至派厄尼尔山一带，整个夏季，它们就在这一带觅食。到了10月，美洲羚羊则会反方向迁徙。

尽管美洲羚羊不是风速般地跑过公园，但是它们也不会悠闲地在公园里漫步。幸运的是它们是有规律地活动，迁徙路线与美国20号、26号和93号高速公路平行，而且不会发生变化。“羚羊的迁徙路线非常精确、固定，你可以通过谷歌地图看到整条路线。”月表地形火山坑国家保护区的生物学家托德·斯特芬尼克介绍道。美洲羚羊是一种接近长颈鹿的独特动物，脖子上有白色的条纹图案，看起来的确很像来自非洲。

对于看守美洲羚羊的人来说，最大的挑战就是时间的掌握。羚羊在前后跨度约1个月的时间里成群结队地迁徙，它们在途中可能会遇到汽车，或者是经过一段距离不长的地处风口且长满山艾的平原。但是不要想着能靠近美洲羚羊，只要你离羚羊的距离在90米以内，它们就会非常警觉，如同幽灵一般。羚羊是地球上奔跑速度最快的动物之一，时速超过80千米。

游客必知 海明威的爱达荷州

欧内斯特·海明威可能在哈瓦那烂醉如泥，在巴黎饮酒狂欢，但是他却选择隐居在爱达荷州。这位小说家在20世纪50年代末期在爱达荷州买了房子，并且在凯彻姆度过了生命中的最后时光，那里距离月表地形火山坑国家保护区大约90分钟车程。月表地形火山坑国家保护区的吸引力显而易见。海明威享受着附近太阳谷世外桃源般的美好，他在这里同好友共享着惬意的时光，其中包括电影明星加里·库柏和英格丽·褒曼。但是他珍惜在凯彻姆名不见经传的小镇度过的时光。他在周围的山上和山谷中快乐地狩猎、钓鱼，山泉奔流的白银谷更是捕捉鳟鱼的绝佳去处。海明威的儿子杰克资助此地设立了自然保护区。海明威去世之后被葬在凯彻姆，他的墓地被3株高耸的常青树环绕着。

www.nature.org

计划：月表地形火山坑国家保护区 www.nps.gov/crmo/naturescience。美洲羚羊迁徙的时间很短暂，了解最新情况可致电公园(208) 527-1335。



除了罗斯福公园常见的野牛和土拨鼠，还会有100多匹野马从公园里或者马路上飞奔而过。

北达科他州

西奥多·罗斯福国家公园

徒步穿越大草原，途经让人叹为观止的地质构造，然后到达化石林。

北达科他州在美国几乎是游客来得最少的一个州，西奥多·罗斯福国家公园就位于该州。但在夏季旅游旺季，这里还是会有大量游客到访。到了冬天，公园变得很冷，而且持续整个冬季。晚春时节是造访公园鲜为人知的荒原的好季节，此时的荒地上反倒因为各种动物的出现而充满生机，你可以看到野牛、野马和土拨鼠。“只有在北达科他州的荒原地带，西奥多·罗斯福国家公园的‘气质’才会发生变化，从‘一名骨瘦如柴的纽约花花公子’变成真正的‘牛仔’，”主管公园对外和公共关系事务的艾琳·安迪斯说，“在这里，关于罗斯福‘保护的初衷开始固化’。”

从公园的南区入口开车进来，在旅游旺季尚未来临之前，公园里依旧安静，你甚至可以同守林员聊聊天。进来之后左转，就来到了梅多拉游客中心。在那里，你可以拿到一份资料（其实就是一份通往和平山谷牧场入口的指示图），同时可以在游客中心将水壶装满，供途中饮用。短暂的车程之后，徒步走过一段不算太难走的路，就能看到美国最大的石化林。走在这片长满高高的草的草原，途经一片不同寻常的地貌景观，“这完全是一片荒野地带。”安迪斯说。当抵达石化林之后，眼前是大面积的已经被彻底石化的树林，包括很多矗立的树木残枝和树桩。安迪斯补充道：“这里的景象（石化林）真的很特别。”

绝佳住处
卡顿伍德营地

当夜晚来临，气温会降低，但是一件羊毛外套，一副无指手套，一堆篝火就足够应付了。当你第一眼看到野牛群在营地附近徘徊时，脑海里可能会有的轻微的不适也会烟消云散。这也就难怪理解为什么每年都有很多人经常返回该营地。卡顿伍德营地一直是先到先住，在游客不多的春季，找到好的位置相对容易，能很好地看到整个荒原和小密苏里河。10美元一晚的价格也有所值。

www.nps.gov/thro/planyour-visit/camping.htm

计划：西奥多·罗斯福国家公园 www.nps.gov/thro。如果打算在义勇骑兵酒店住宿的话，请访问 www.medora.com/rough-riders，酒店以美西战争期间罗斯福所在军团的名称命名。